

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA 01.07.2026	QUINTA-FEIRA 02.07.2026	SEXTA-FEIRA 03.07.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I			Banana amassada	Mingau de alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia
	a 08:20	Creche II e III			Pão francês, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Bolo chocolate simples Chá de ervas
	08:25 08:45	Pré I e II			Pão francês, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Bolo chocolate simples Chá de ervas
COLAÇÃO	09:45	Creche I			Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III			Laranja	Banana	Pera
ALMOÇO	11:00	Creche I			Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu
	11:20	Creche II e III			Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho	Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface	Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu
	11:25 a 11:45	Pré I e II			Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão	Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface Banana	Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu Salada de Frutas
COLAÇÃO	13:45	Creche I			Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Crec II, III e Pré			Banana	Pera	Laranja
JANTAR	15:30	Creche I			Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abobrinha e brócolis	Papa: Arroz e feijão patinho iscas ,tomate, couve	Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
	16:00	Creche II e III Pré I e II			Arroz com frango, tomate ervilha, milho	Bolo chocolate simples Polpa acerola com leite	Sopa de legumes: Frango Abóbora madura, repolho

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26g, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão, bolo, cereal, pão, biscoito maisena sem Glúten ou Biscoito de arroz;

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

PREFEITURA MUNICIPAL DE SENGÊS-PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO JULHO/ 2026 - CMEIS: JAYME, LIGYA E RENASCER

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA 06.07.2026	TERÇA-FEIRA 07.07.2026	QUARTA-FEIRA 08.07.2026	QUINTA-FEIRA 09.07.2026	SEXTA-FEIRA 10.07.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Mingau: aveia Banana e canela	Batata doce cozida amassada	Banana amassada	Mingau de alho e ovo	Mingau Maçã e aveia
	a 08:20	Creche II e III	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão dog, requeijão Chá de ervas	Biscoito maisena Leite e café	Biscoito maisena Leite e cacau	Bolo fubá simples Chá de ervas
	08:25 08:45	Pré I e II	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão dog, requeijão Chá de ervas	Biscoito maisena Leite e café	Biscoito maisena Leite e cacau	Bolo fubá simples Chá de ervas
COLAÇÃO	09:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III	Melão	Maçã	Laranja	Banana	Pera
ALMOÇO	11:00	Creche I	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata,	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Cenoura, Chuchu	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão, Franco moído, beterraba Chuchu e batata
	11:20	Creche II e III	Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate	Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Alface	Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho	Arroz cozido Feijão cozido Patinho iscas desfiado Tomate e cenoura	Arroz cozido Feijão cozido Franco moído, batata Salada: Beterraba
	11:25 a 11:45	Pré I e II	Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface Maçã	Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Beterraba Laranja	Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão	Arroz cozido Feijão cozido Patinho iscas desfiado Tomate e cenoura Banana	Arroz cozido Feijão cozido Franco moído, batata Salada: Beterraba Laranja
	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
COLAÇÃO		Crec II, III e Pré	Maçã	Laranja	Banana	Pera	Banana
JANTAR	15:30	Creche I	Papa de canjica, leite de coco, banana e canela	Papa de quirera com carne moída, brócolis, cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Frango moído e batata	Papa: Arroz cozido, feijão carne moída, couve	Papa de legumes: frango, batata e abobrinha
	16:00	Creche II e III Pré I e II	Polenta, carne moída tomate, abobrinha	Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu	Arroz com frango, tomate ervilha, milho	Bolo de fubá simples Polpa abacaxi com leite	Sopa de legumes: Frango Abóbora, repolho

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26g, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão, bolo, cereal, pão, biscoito maisena sem Glúten ou Biscoito de arroz;

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA 23.07.2026	SEXTA-FEIRA 24.07.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	FÉRIAS				Mingau de alho e ovo
	a 08:20	Creche II e III					Mingau: Maçã e aveia
	08:25 08:45	Pré I e II					Pão francês, requeijão Leite e cacau
COLAÇÃO	09:45	Creche I					Bolo chocolate simples Chá de ervas
		Creche II, III					Pão francês, requeijão Leite e cacau
ALMOÇO	11:00	Creche I					Bolo chocolate simples Chá de ervas
		Creche II e III					Mamadeira ou fruta
	11:25 a 11:45	Pré I e II					Banana
							Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura
							Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu
COLAÇÃO	13:45	Creche I					Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface
		Creche II, III e Pré					Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu
JANTAR	15:30	Creche I					Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu Salada de Frutas
	16:00	Creche II e III					Mamadeira ou fruta
		Pré I e II					Pera
							Banana
							Papa: Arroz e feijão patinho iscas ,tomate, couve
							Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
							Bolo chocolate simples Polpa abacaxi com leite
							Sopa de legumes: Frango Abóbora madura, repolho

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26g, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão, bolo, cereal, pão, biscoito maisena sem Glúten ou Biscoito de arroz;

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA 27.07.2026	TERÇA-FEIRA 28.07.2026	QUARTA-FEIRA 29.07.2026	QUINTA-FEIRA 30.07.2026	SEXTA-FEIRA 31.07.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00 a 08:20	Creche I	Mingau: aveia Banana e canela	Batata doce cozida amassada	Banana amassada	Mingau de alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia
		Creche II e III	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão dog, requeijão Chá de ervas	Pão francês, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Bolo de fubá simples Chá de ervas
	08:25 a 08:45	Pré I e II	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão dog, requeijão Chá de ervas	Pão francês, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Bolo de fubá simples Chá de ervas
COLAÇÃO	09:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III	Melão	Maçã	Laranja	Banana	Pera
ALMOÇO	11:00	Creche I	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata,	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Cenoura, Chuchu	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu
		Creche II e III	Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate	Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Alface	Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho	Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface	Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu
	11:25 a 11:45	Pré I e II	Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface Maçã	Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Beterraba Laranja	Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão	Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface Banana	Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu Salada de Frutas
COLAÇÃO	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III e Pré	Maçã	Laranja	Banana	Pera	Banana
JANTAR	15:30	Creche I	Papa: Caldo feijão, polenta, frango desfiado tomate/cenoura/ batata	Sopa legumes: Arroz, brócolis, chuchu cenoura, iscas patinho	Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abobrinha e brócolis	Papa: Arroz e feijão patinho iscas ,tomate, couve	Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
	16:00	Creche II e III Pré I e II	Polenta, carne moída tomate, abobrinha	Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu	Arroz com frango, tomate ervilha, milho	Bolo de fubá simples Polpa abacaxi com leite	Mingau de chocolate e aveia

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26g, LIP= 29g, Ferro= 3,5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão, bolo, cereal, pão, biscoito maisena sem Glúten ou Biscoito de arroz;

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043


Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399